

Surviving Toilet Training

Most children are ready for toilet training sometime between their second and third birthdays. This is the same time that they are experiencing what many parents call “the terrible two’s”—a time when the children are having their first experiences with the word “No!” and with exerting their own will and making their own opinions known. As wonderful and funny as two-year-olds can be, their willfulness and independence can make toilet training a real trial for their parents.

What can parents do to survive toilet training? The first thing is to realize that everyone becomes toilet trained eventually! Your child will, too. The second thing to remember is that toilet training does not occur at the same time for every child. Your child will be ready when he or she is developmentally ready, and this may be different than the child next door or your child’s brother or sister. If you try to pressure your child into toilet training before he or she is ready, this could result in a stressful situation for both of you.

What are some signs that a child is ready for toilet training?

- An interest in wearing underpants instead of diapers
- The ability to stay dry for several hours at a stretch
- An interest in being clean and dry
- The ability to undress and dress oneself

What are some tips for making toilet training easier?

Remember that you are dealing with a two- or three-year-old who likes to believe that he or she is controlling the situation. It is better to let the child have some choices. Parents generally have better success when they are not forcing the toilet training. The following are some tips for easing the stress of toilet training:

- Let the child choose some of the equipment he or she will need, for instance, underpants, a potty seat, a book or video about toilet training.
- Make full use of those props—the books or videos or dolls that drink and wet.
- Make it easy for your child by having potties that are readily accessible.
- While you can suggest that your child may want to try the toilet, it is difficult to force the child to actually use it.

- Aim for consistency in toilet training among caregivers, for instance, with your daycare provider or babysitter.
- When you are out, be especially patient. You will soon learn where the closest restroom is in every grocery store, restaurant, and mall.

Expect mistakes!

Toilet training generally takes several weeks or more for the child who is ready. If it is taking longer, maybe your child isn’t yet ready, and you should try again in a few weeks. Even for the child who is making progress, there will be plenty of mistakes. Be prepared to accept them with good humor and to appreciate that this is just part of normal toilet training. Reward your child with praise and congratulations when he or she uses the potty, and be sympathetic when there are mistakes. (Children who are punished for toileting mistakes may end up becoming more resistant to using the toilet altogether.) Finally, congratulate yourself on your patience, and celebrate with your child when you make it through the first “dry” day.

For more information about toilet training and other child development topics, visit the websites for the American Academy of Pediatrics (www.aap.org) or the National Association for the Education of Young Children (www.naeyc.org).



Sobreviviendo el entrenamiento del uso del baño

Casi todos los niños están listos para aprender a usar el baño entre los dos y tres años de edad. Es al mismo tiempo que están pasando por la etapa que algunos llaman los “Dolorosos Dos”. Es cuando los niños por primera vez están experimentando con el uso de la palabra “¡No!”, ejerciendo su propia voluntad y expresando sus opiniones. Por más maravillosos y simpáticos que puedan ser a esta edad, su sentido de independencia y de porfiar y ser testarudos puede convertir la tarea de enseñarlos como usar el baño en un martirio.

¿Qué pueden hacer los padres para sobrevivir esto? ¡Lo primero es recordar que eventualmente todos aprenden a usar el baño! Su hijo también lo hará. El segundo punto a recordar es que no todos los niños aprenden a usar el baño a la misma edad. Su hijo estará listo cuando el o ella llegue a ese punto de desarrollo y este momento puede ser diferente al de sus hermanitos o al de los hijos de los vecinos. Si intenta presionar a su hijo a aprender a usar el baño antes de que este listo, la situación podría ser agobiante para ambos.

¿Cuáles son algunas de las señales que un niño esta listo para aprender a usar el baño?

- Expresa interés en usar ropa interior y no pañales
- Su pañal permanece “seco” durante varias horas seguidas
- Expresa interés en estar seco y limpio
- Se puede vestir y desvestir solo

¿Cuáles son algunos consejos para facilitar el proceso de aprender a usar el baño?

Recuerde que ésta lidiando con un niño de dos o tres años de edad que desea controlar la situación. Es preferible permitir que el niño pueda escoger entre varias opciones. Los padres tienen más éxito cuando no están obligando al niño a aprender a usar el baño. A continuación, algunos consejos para que este aprendizaje sea menos agobiante:

- Permita que el niño seleccione algunas de las cosas que necesitará, por ejemplo, ropa interior, un inodoro infantil, un libro o video que enseña a usar el baño.
- Use plenamente todas estas herramientas de apoyo — los libros, los videos, los muñecos que beben y se “mojan”.
- Facilite el aprendizaje a sus hijos con inodoros infantiles que estén a mano fácilmente.
- Es posible sugerir que su hijo intente usar el inodoro pero es difícil obligarlo a que de veras lo use.

- Trate de que todos los que cuidan al niño, ya sea en la guardería o la niñera, sean consistentes los métodos que usan para enseñarlo a usar el baño.
- Sea muy paciente cuando salgan a la calle. Pronto aprenderá donde están los baños más cercanos en cada supermercado, restaurante y centro comercial.

¡Espere errores!

Casi siempre un niño aprende a usar el baño en varias semanas siempre y cuando haga llegado a la etapa de desarrollo correcta. Si se esta demorando más, puede ser que aun no este listo y debe intentarlo otra vez varias semanas más tarde. Aun el niño que está progresando, tendrá muchos errores. Debe de estar preparado para aceptarlo de buen humor y como parte de las cosas que suelen suceder cuando se aprende a usar el baño. Felicite y elogie a su hijo cuando usa el inodoro infantil y sea comprensivo si se equivoca. (Los niños que se les castiga por equivocarse mientras aprenden a usar el inodoro pueden resistirse a usar el inodoro del todo.) Finalmente, felicítese usted mismo el primer día que su hijo permanezca “seco”.

Para mayor información sobre el entrenamiento del uso del baño y otros temas del desarrollo del niño, visite los sitios Web para el American Academy of Pediatrics (www.aap.org) o el National Association for the Education of Young Children (www.naeyc.org).

